

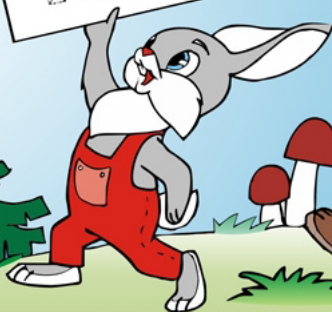
СПб ГКУЗ «Городской центр
медицинской профилактики»



Слагаемые здоровья



Ребятам
от зверят



РАСКРАСКА

Санкт-Петербург
2014 г.

6+

Издание осуществлено Санкт-Петербургским государственным казенным учреждением здравоохранения «Городской центр медицинской профилактики»

www.gcmp.ru

Редактор: А. И. Фролова, А. В. Дубовик

Автор текста: Н. Н. Литвинова

Художник: Е. В. Шорина

Слагаемые здоровья. - СПб., 2014 г. - 12 стр.

Издание развивающего обучения **«Слагаемые здоровья»** предназначено для детей младшего школьного возраста.

Раскраска развивает у ребенка мелкую моторику, внимание, пробуждает у него творчество, делает его более усидчивым.

Познавательные стихи и забавные картинки помогут лучше запомнить основные правила гигиены.

С помощью этого издания ребенок не только весело проведет время, раскрашивая картинки, но и получит полезные навыки для обучения в школе.

Белочка сидит на ветке,
Рядом с ней бельчата-детки.
В лапках белочек чудные
Щётки беличьи зубные.
Зубки чистят все, не мешкая,
Чтобы легче грызть орешки им:
«Мы зубы с детства бережём,
Иначе просто пропадём!!!»



Рыжие лисички –
Весёлые сестрички
Имеют только очень
Полезные привычки.
Любят утром рано встать,
Застелить свою кровать,
Папе с мамой помогать.
Есть у них девиз такой –
Лапки мой перед едой!
Они не тратят время зря,
Ценят распорядок дня!



Самый маленький утёнок
Закаляется с пелёнок.
С уткой-мамой в воду – шлёп!!!, –
Научиться плавать чтоб,
Бултыхается в пруду
У лягушек на виду!



Слонёнок мал, но он силач,
Не одолеть его, хоть плачь!
Он жизнь здоровую ведёт,
Кашу ест и соки пьёт!!!
Он вращает брёвнами,
Бревнами огромными!!!
А когда он отдыхает, –
Душ прохладный принимает!
Не лопнуть бы от хохота,
Душ идёт из хобота!!!



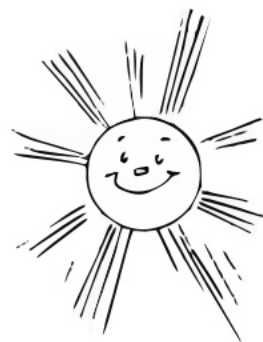
Хрюша чистой стать хотела,
Хрюша мыла своё тело.
Только стала ещё хуже
Потому, что мылась в луже!!!
Хрюша, наш совет такой:
«Мойся чистою водой!!!»



Сладкоежка-медвежонок
Медя слопал весь бочонок.
Начал ахать он и охать
Потому, что стало плохо!!!
И сказала мама строго:
«Сладкого ты скушал много!
Осторожен будь в еде, –
Сладкое ведёт к беде!!!»



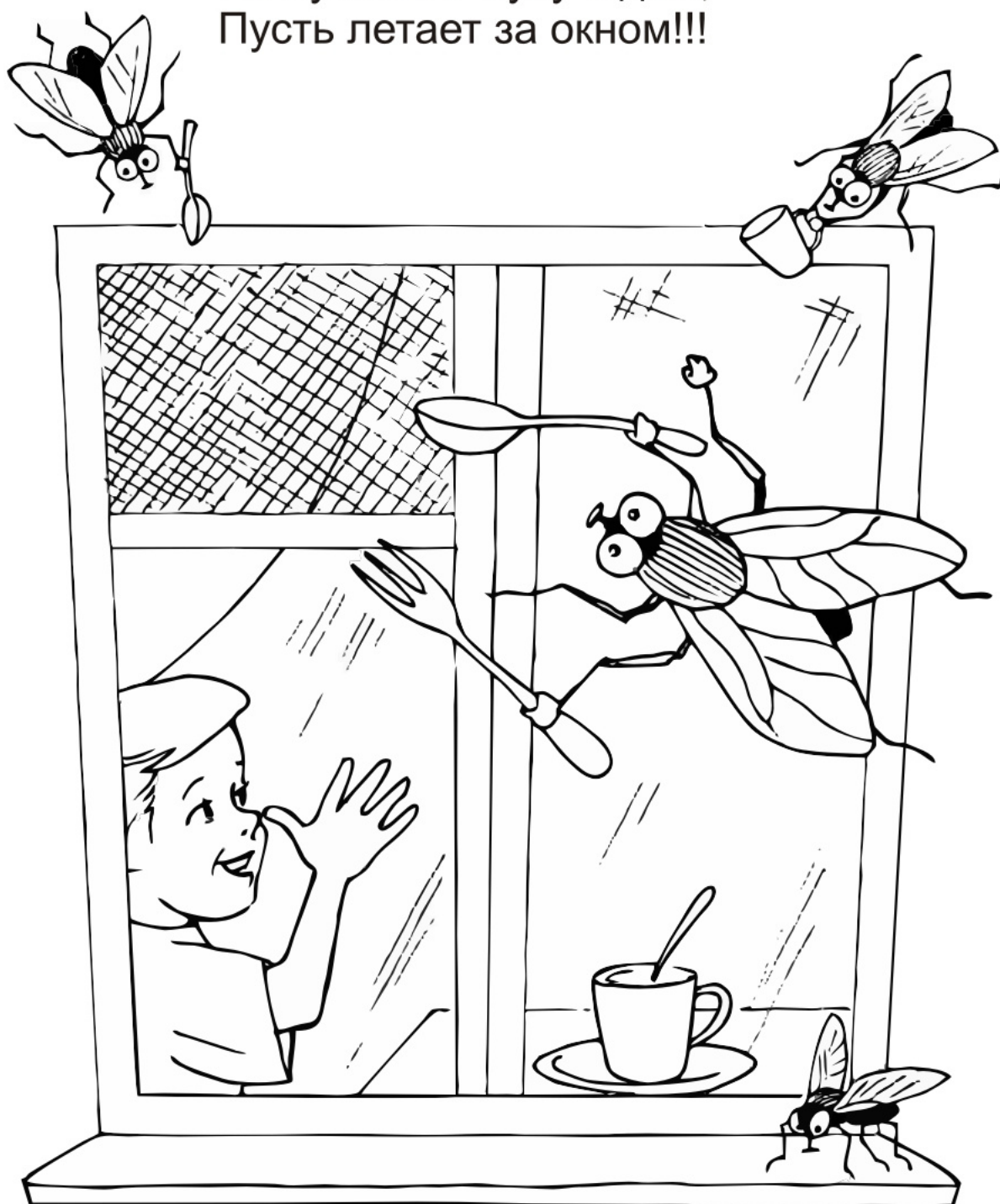
Зайка серый прыг да скок, —
Весел он и ловок!
Зайка пьёт морковный сок, —
Потому здоровый!!!
Зайка любит огород,
Где всё очень вкусно.
В огороде он грызёт
Свежую капусту!
И здоровья в том секрет,
Что из всех продуктов
Ничего полезней нет
Овощей и фруктов!!!



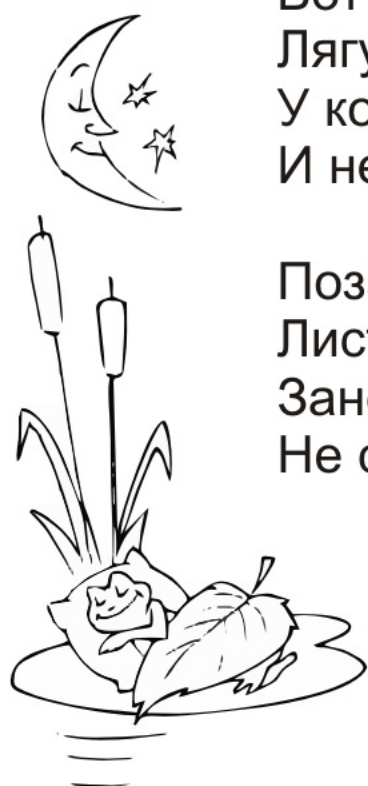
Ослик как-то в летний зной
Поскакал на водопой!!!
Выпил он воды сырой,
Сразу сделался больной!!!
Ослик, прежде чем попить,
Воду надо вскипятить!!!



Муха, словно самолет,
Отправляется в полет!
Не стесняясь, на виду,
Муха сядет на еду.
Может в суп, в компот залезть,
Что и вызовет болезнь.
Не пускайте муху в дом,
Пусть летает за окном!!!



Лягушонок ранним утром
Занимается компьютером,
И за ним весь день-деньской
Он проводит, сам не свой.
Вот глядит в окно луна, –
Лягушонку не до сна.
У компьютера сидит
И не ест уже, не спит...



Позабыл он про болото,
Лист кувшинки на воде...
Занемог бедняжка что-то, –
Не случиться бы беде!



За компьютером игра
Не доводит до добра!!!

Лев-красавец, царь зверей,
Лев на свете всех сильней.
Гигиену личную
Знает на «отлично» он!
Поэтому ретиво
Расчесывает гриву,
Этому он учит львят –
Своих маленьких зверят!!!
Львята учатся смиренно,
Изучают гигиену!
Делают, как папа,
Чешут шерстку лапой!!!



Гном-крошка, леса чародей,
Живет, скрываясь от людей.
У гнома-крошки всё в порядке,
Он утром делает зарядку.
Потом, по расписанию —
Отличное питание:
Ягоды, грибы, коренья.
Для общего оздоровленья
Он выпьет чашечку росы
И улыбается в усы.
Доволен жизнью он своей,
Такой вот гномик-чародей!



Отпечатано в типографии: ООО «Рекламный Сервис», 199106, г. Санкт-Петербург, ул. Опочинина, д. 4. Тираж 10 000 экз. Заказ № 020/009 от 15.05.2014 г. Подписано в печать фактически и по графику: 03.06.2014 г. в 12.00. Отпечатано 05.06.2014 г. Распространяется бесплатно.

